

# Conso+

Le magazine des Consommateurs Calédoniens

## Saveurs

En mode  
detox water !

## Beauté

L'aloé véra,  
votre partenaire beauté

## Globe trotter

Cap sur la Gold Coast



Plus d'économies avec  
votre carte CONSO+



DESPERADOS

DESPERADOS

22.03.14 | 20:57

Credit photo : Ben Stackley

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

# édito

**A**depte des smoothies et des boissons fraîches et désaltérantes ? Découvrez la detox water, cette nouvelle boisson tendance à base d'eau et de fruits frais. Idéale pour l'été, vous pourrez la déguster sans prendre un gramme tout en profitant des bienfaits des fruits et des légumes.

Faites donc le plein de fruits et découvrez également comment concocter vos confitures maison ! Conso+ vous donne ce mois-ci tous les conseils pour réussir une confiture parfaite qui saura ravir vos invités et votre famille. L'arrivée de l'été donne aussi envie de prendre soin de soi avec des produits à base d'aloé vera, de se motiver à faire du sport avec un nouveau podomètre, de refaire sa déco avec des palettes ou de s'évader du côté de la Gold Coast !

Bonne lecture.



## sommaire



**www.consoplus.nc**  
Service Client Conso +  
Tél : **41 04 14**

Rejoignez-nous sur :



**consoplus.nc**

### Saveurs

**4.** En mode detox water !

**10.** Je fais mes confitures maison

### Gros plan

**16.** La mangue

**18.** Recettes salées

**26.** Recettes sucrées

**29.** Recettes enfants

### Beauté

**32.** L'aloé vera : votre partenaire beauté

### High Tech

**38.** Le podomètre : fonctionnement et bénéfices santé

### Maison

**46.** Les palettes : l'objet déco tendance

### Auto

**50.** 10 conseils pour réduire sa consommation d'essence

### Globe trotter

**52.** Cap sur la Gold Coast et ses parcs d'attraction

**56.** Horoscope du mois

**58.** Jeux Conso

**62.** Blagues / Insolite du mois

Éditeur : K-I. Com  
BP 264 - 98845 - Nouméa Cedex  
Tél. 41 04 14  
Directrice de publication :  
Kristell Lecellier  
Imprimeur :  
Artypo  
à 30 000 exemplaires sur papier écologique  
certifié PEFC  
Publicité : Tél 41 04 14  
Rezo Médias, Tél. 28 63 01  
Rédaction :  
Nathalie Vermorel, Emmanuelle Darman  
Maquette :  
Rezo Médias, Tél. 28 63 01



## En mode detox water !



Prenez de l'eau, filtrée de préférence, ajoutez-y des fruits frais préalablement coupés et laissez reposer le tout dans un bocal au réfrigérateur durant une demi-heure au minimum. Vous obtiendrez alors une eau détoxifiante et désaltérante affichant un taux de calories proche de zéro. Sympa, non ?

**V**ous étiez adeptes des smoothies ? Découvrez la detox water, une tendance qui nous vient tout droit des États-Unis. À l'origine, son concept était de proposer une alternative aux sodas et aux jus de fruits, souvent trop sucrés. Mais cette eau est aussi censée éliminer les toxines et, de fait, nettoyer l'organisme. Ça tombe bien ! À quelques semaines des fêtes de fin d'année, quoi de mieux que de s'offrir une petite cure de détox. Comme le dit l'adage, « mieux vaut prévenir que guérir ! ».

D'autant que sa formule tient à deux mots : de l'eau mélangée à des fruits. Les « addicts » de la detox water assurent même qu'il s'agit d'une boisson 100 % « healthy » (comprenez saine) car elle offre un deux en un : des vitamines et des antioxydants. Et cerise sur le gâteau : son apport en calorie est quasi nul !

Vous êtes sceptiques ? Sachez qu'à défaut de vous purifier, cette boisson aura au moins le mérite de vous désaltérer. Seule certitude, elle s'avère carrément idéale pour celles et ceux qui sont peu portés sur l'eau nature.

Toujours est-il que pour optimiser son effet détoxifiant, nous vous conseillons de privilégier certains fruits tels que le citron, la pastèque ainsi que les fruits rouges. Seul impératif : les consommer frais sous peine de passer à côté de leurs qualités nutritionnelles. Ça serait dommage, non ?

### Composez votre propre detox water

Citron, pastèque, melon, orange, ananas, pamplemousse, pomme, litchi... en Calédonie, le choix ne manque pas. Et les mélanges sont illimités. Tout va dépendre de vos goûts et de vos envies du moment. Pour composer votre propre detox water, rien de plus simple : commencez par sélectionner les fruits. Coupez-les ensuite comme bon vous semble : en morceaux, en tranches, en carrés ou en rondelles ! Puis déposez-les dans un bocal hermétique transparent (c'est nettement plus joli) et recouvrez d'eau, filtrée ou en bouteille de préférence afin qu'elle soit aussi pure que possible.

Vous pouvez aussi y (r)ajouter, au choix, des herbes, des baies et même des plantes. Tout est possible ! Ensuite, laissez macérer le tout au frigo. Au bout d'une demi-heure, l'eau devrait se teinter d'un léger goût de fruits. Si vous souhaitez accentuer ce goût fruité, laissez reposer durant toute la nuit. Attention toutefois, cette boisson se conserve au frais 24 heures maximum ! Une fois que vous avez bu l'eau, gardez les fruits. Et consommez-les. Tant qu'à faire !

### Des idées de mélange

- Ananas et menthe
- Orange et citron
- Concombre, citron et menthe
- Ananas et menthe
- Mangue et gingembre
- Abricot et romarin
- Fraise et framboise
- Citron, pamplemousse et orange



**LA CREMERIE DU CAILLOU**  
**DES PRODUITS AUTHENTIQUES**

**VENEZ DÉCOUVRIR**  
**TOUS NOS PRODUITS**

**OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI**  
**7H-12H/13H30-18H**

**34 RUE FÉLIX BROCHE - BP 7695 - NOUMÉA TÉL.: 25 39 82 - FAX : 28 91 68**



## C'est la tendance du moment

Il suffit de jeter un œil sur le net pour prendre la mesure du phénomène. La detox water s'affiche insolemment partout sur la toile. Plusieurs centaines de milliers d'internautes y échangent via des blogs, Pinterest et Instagram, leurs astuces ainsi que des recettes du monde entier.

L'objectif ? Tenter d'obtenir la meilleure eau fruitée et... l'immortaliser afin d'en faire profiter le plus grand nombre d'internautes. Pourquoi un tel succès ? À cela, plusieurs facteurs : le bocal transparent qui laisse apparaître la couleur des ingrédients et, de fait, donne une idée de leur fraîcheur, le tout formant un ensemble photogénique non seulement esthétique mais qui plus est très alléchant.

Qu'on se le dise, boire beau et bon, c'est définitivement le bon plan de cet été, y compris chez nous. Si, si ! On vous l'accorde, le succès de la detox water tient aussi à son côté sain et rafraîchissant. Mais pas seulement. Sa préparation simple et rapide y est pour beaucoup. Alors, vous attendez quoi pour vous lancer ?

## Les bienfaits des fruits

- Le citron : on ne le répétera jamais assez, le citron est riche en vitamine C. Il aide notamment à lutter contre les angines, la grippe, le rhume et les maux de tête pour ne citer qu'eux... Mieux, il améliore aussi la digestion.
- L'orange : elle est riche en fibres, en vitamines, en minéraux et elle est composée d'antioxydants parfaits pour se greffer dans votre detox water.
- La menthe : c'est un antioxydant très puissant qui a bon goût.
- Les fraises : riches en antioxydants ainsi qu'en vitamine C, elles sont par ailleurs très peu caloriques.
- L'ananas : également riche en fibres, il aide à réguler l'appareil intestinal. Mieux, ce fruit s'avère être un excellent diurétique qui permet notamment d'éviter la rétention de liquides.
- Le pamplemousse : faible en calories, il ne contient pas de graisses, stimule les sécrétions digestives et aide au transit, ce qui fait de lui un excellent allié minceur.
- La mangue : riche en carotène, en vitamines et en minéraux, elle remplit les besoins quotidiens en vitamine A, laquelle, rappelons-le, joue un rôle notable dans le métabolisme de la peau.

### Astuces :

L'eau plate peut être remplacée par de l'eau pétillante ou du thé vert.

N'hésitez pas à rajouter des herbes aromatiques qui relèveront le goût de vos préparations.

Conservez la peau des fruits. Pour mémoire, c'est là où on trouve le plus de vitamines.



## PÂTE À TARTINER

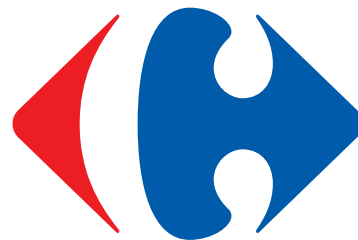
# VAN LINDEN



### CHOCOLAT/NOISETTES - CARAMEL AU BEURRE SALE

# Carrefour

## KENU-IN



DU 01 NOVEMBRE AU 30 NOVEMBRE 2015



### 3695<sup>F</sup>

COUP  
COEUR

#### Corbeille Boissac

Contenant :

- 1 vin rouge Bergerac «Les Gabarres» de 37,5 cl.
- 1 vin de pays du Compté de Tolosan blanc "Grande réserve des Bastides" de 37,5 cl.
- 1 pâte de campagne aux cèpes Les Bories de 180 gr.
- 1 pâte de campagne aux noix Les Bories de 180 gr.
- 1 confit de foie de volaille forestière Les Bories de 180 gr.
- 1 confit de foie de volaille au porto Les Bories de 180 gr.

Origine FRANCE



### 2795<sup>F</sup>

#### Coffret Gourmand BORIE DU PÉRIGORD

Contenant :

- 1 vin de Pays du Compté Tolosan blanc moelleux "Grande Réserve des Bastides" de 37,5 cl.
- 3 sucre d'orge + 1 ramequin en porcelaine.
- 1 bloc de foie gras de canard de 130 gr.
- LA TOUR DES AUGUSTINS
- 1 confit d'oignon de 100 gr.

Origine FRANCE



LES

### 2295<sup>F</sup>

#### Panier Geniac

Contenant :

- 1 vin de pays du Compté de Tolosan blanc "Grande réserve des Bastides" de 37,5 cl.
- 1 confit d'oignon Les Bories de 100 gr.
- 1 bloc de foie gras de canard Les Bories de 90 gr.
- 1 étoile décorative.

Origine FRANCE

### 3795<sup>F</sup>

#### Corbeille Ceylac

Contenant :

- 1 vin de pays du Compté de Tolosan blanc "Grande réserve des Bastides" de 75 cl.
- 1 sauce Périgieux truffée La Forest de 200 gr.
- 1 confit d'oignon Les Bories de 40 gr.
- 1 bloc de foie gras de canard La Tour des Augustins de 130 gr.
- 1 blanchette de canard à la crème fraîche Les Bories de 380 gr.
- 1 sucre d'orge.
- 1 mini plat.

Origine FRANCE





**3350<sup>F</sup>**

**Panier Gourmand  
BORIE DU PÉRIGORD**

Contenant :  
- 1 vin de Pays blanc moelleux grande réserve des bastides "Compté de Tolosan" de 37,5 cl.  
- 1 foie gras de canard entier de 125 gr.  
- 1 confit de figues de 40 gr.  
- 1 confit d'oignon de 40 gr.  
Origine FRANCE



**3795<sup>F</sup>**

**Corbeille Borreze  
BORIE DU PÉRIGORD**

Contenant :  
- 1 vin rouge "les Gabarres 2011" de 75 cl.  
- 3 sucre d'orge + 1 cocotte céramique avec poignet.  
- 1 terrine de magret de canard fumé de 180 gr.  
- 1 confit d'oignon de 40 gr.  
- 1 terrine de canard au foie de canard LA FOREST de 150 gr.  
- 1 pâté de campagne aux cépes Les Chaumes d'Allias de 180 gr.  
Origine FRANCE



**2995<sup>F</sup>**

**Corbeille Preyssac**

Contenant :  
- 1 vin rouge Bergerac de 37,5 cl.  
- 1 blanquette de canard à la crème fraîche Les Bories de 380 gr.  
- 1 terrine de pintade aux raisins Les Bories de 90 gr.  
- 1 douceur d'ananas et de cerise à la cannelle de 190 gr.  
- 1 étoile décorative.  
Origine FRANCE

# CORBEILLES



**Corbeille  
Fins Gourmet**

Contenant :  
- 1 vin rouge Bergerac "Les Gabarres" de 75 cl.  
- 2 confits de foie de volaille forestière Les Bories de 180 gr.  
- 2 pâtés de campagne aux noix Les Bories de 180 gr.  
- 2 confits de foie de volaille au porto Les Bories de 180 gr.  
- 2 pâtés de campagne aux cépes Les Bories de 180 gr.  
- 1 étoile décorative.  
Origine FRANCE

**3695<sup>F</sup>**



**L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTE. A CONSOMMER AVEC MODERATION**

Votre magasin a commandé les marchandises en quantité suffisante pour vous satisfaire pendant la période indiquée. Si exceptionnellement des articles venaient à manquer, il mettra tout en œuvre pour pouvoir vous les fournir (ou des articles similaires), au prix indiqué selon les stocks disponibles.

**Vite, ma carte de fidélité CONSO+ !**

**Gratuite. Immédiate. Illimitée. Pratique.**



*Je gagne des points,  
j'obtiens des réductions,  
je fais le plein de cadeaux.*

Retrouvez toute l'actualité de votre Carte Conso+ sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)

Renseignement et adhésion au stand CONSO+ de votre hypermarché Carrefour.





# Je fais mes confitures maison



Quel plaisir de sentir la bonne odeur des fruits confits dans la maison ! Faire sa confiture maison, il n'y a rien de plus facile, ça permet de partager un moment de complicité en famille et surtout de profiter de ses fruits préférés toute l'année. Allez, on s'y met !

## La recette de base

Pour faire une bonne confiture, récoltez simplement quelques fruits de saison, selon vos goûts et le type de fruits, enlevez la peau, lavez-les soigneusement et mettez-les à cuire dans une casserole à fond épais avec du sucre, des épices, du jus (selon les recettes).

Comptez environ 600g de sucre pour 1kg de fruits. Mouillez votre sucre avec  $\frac{1}{2}$  verre d'eau et faites le cuire dans la casserole (de grosses bulles vont se former à la surface, c'est normal). Lorsque la préparation devient claire, plongez-y les fruits et écumez ensuite la mousse qui se forme à la surface. Prenez garde à ne pas trop remplir la casserole pour éviter les débordements. Comptez environ 30 minutes de cuisson.

N'hésitez pas à varier les plaisirs et à associer vos fruits préférés pour créer des confitures originales et pleines de saveurs !

**Important : remuez régulièrement la confiture tout au long de la cuisson avec une spatule en bois.**

Pour vérifier la cuisson : placez une petite assiette au congélateur pendant 10 minutes. Versez ensuite une petite quantité de confiture sur l'assiette froide. Si la confiture se fige instantanément, c'est qu'elle est cuite.

# Nouveau lait au chocolat format familial

*Naturellement savoureux...*



**Riche en calcium  
et source de protéines.**



**TOUS LES BIENFAITS DU LAIT**

La petite astuce : n'hésitez pas à garder les pépins de vos fruits, ils ajouteront de la texture, du goût et de la pectine (ce sont les glucides naturellement présents dans les fruits et qui permettent la prise de la confiture; plus ils sont mûrs et moins ils en contiennent) à votre confiture.

## Mise en pots : mode d'emploi

Pour stériliser vos pots, trempez-les quelques minutes dans une casserole d'eau bouillante (n'oubliez pas d'y plonger les couvercles !). Sortez-les de la casserole avec une pince en bois et séchez-les soigneusement avec un torchon propre.

Remplissez ensuite vos bocaux avec de la confiture tout juste retirée du feu (sans vous brûler !). Fermez-les tout de suite en serrant bien les couvercles et retournez-les pour les conserver.

Laissez tranquillement refroidir. Le processus de refroidissement permet à l'air de se rétracter et crée une aspiration du couvercle. Vos bocaux sont maintenant hermétiques.



## Niveau conservation

Vos confitures doivent être conservées dans un endroit sec, frais et à l'abri de la lumière (idéalement dans une cave ou à défaut dans un placard). Préparez de petites étiquettes pour indiquer la composition et la date de fabrication des confitures. Elles peuvent se conserver au moins un an sans être ouvertes.

## Oups !

Ma confiture reste liquide une fois le pot fermé

- Elle manque peut être de cuisson : refaites-la cuire et testez la cuisson avant de la remettre en pot.
- Elle manque peut être de sucre : réajustez la quantité de sucre et refaites cuire.
- Elle manque peut-être de pectine : rajoutez un peu d'agar-agar dans votre préparation (une fois refroidie) et refaites cuire.

Ma confiture est trop épaisse ou il y des cristaux de sucre qui se sont formés à la surface

- Votre confiture a certainement cuit trop longtemps. Ou alors elle a été entreposée dans un endroit trop chaud. Transvasez-la dans une casserole, ajoutez un peu d'eau bouillante et refaites cuire (jusqu'à ce que les cristaux de sucre disparaissent). Consommez-la rapidement ensuite et pensez à ajouter le jus d'un demi citron la prochaine fois.

La surface de ma confiture est moisie alors que le pot était fermé

- Enlevez tout le moisi de la surface et refaites cuire en prenant soin de rajouter du jus de citron à votre préparation.

Ma confiture coule en dehors du pot

- Elle est certainement en train de fermenter. Soit votre pot n'était pas suffisamment propre, soit vous n'avez pas mis assez de sucre. Dans le doute (si l'odeur est suspecte), jetez-la, sinon refaites cuire avec un peu d'eau-de-vie.



SUBARU

UNE GAMME

à partir de

2 990 000 F\*



SUBARU

\* Prix du XV 2.0i BV6 - Photo non contractuelle - COUP D'OUËST



ALMAMETO  
AUTOMOBILES

TÉL. : 41 40 67

Bourail : Profil pacifique - 46 52 50 / Koumac : YC Locations - 99 08 30  
Poindimié : Parkauto - 77 66 29 / Koné : NC Motors - 46 61 61



Avec  
**Mobil**<sup>TM</sup>  
du 1er Novembre au 10 Décembre 2015

# **JOUEZ ET GAGNEZ 5 CADDIES DE 50.000 XPF\***

- 1.** Rendez-vous dans votre station-service Mobil<sup>TM</sup> participante
- 2.** Complétez le bulletin pour participer au tirage au sort
- 3.** Les gagnants auront 15 minutes pour composer eux-mêmes leur caddie d'une valeur de 50.000 XPF

\* Jeu gratuit sans obligation d'achat. Règlement complet déposé chez Maître Mireille Huguéaud, huissier de justice et disponible dans les stations-service Mobil. Tirage au sort le 15 décembre 2015.



**ET C'EST VOUS  
QUI CHOISISSEZ  
VOS CADEAUX !!!**



[www.la-fabrik.nc](http://www.la-fabrik.nc)

Rendez-vous dans toutes les stations Mobil™ participantes.

**Mobil**

Nous aussi,  
nous conduisons.

# La mangue

Chaque mois, Conso+ vous fait découvrir un aliment de saison pour vous rappeler qu'il est nécessaire pour votre santé de consommer fruits et légumes régulièrement. Ce mois-ci, la mangue.

La mangue est le fruit du manguier, un arbre qui serait originaire d'Inde et qui a été introduit au Brésil par les explorateurs portugais au XVIII<sup>e</sup> siècle. Il s'est ensuite développé naturellement dans le monde au cours des siècles.

Le manguier pousse facilement à partir d'un plant bourgeonné ou d'un greffon, ce qui permet de multiplier les variétés et d'obtenir un plant sain. Il existe plus de 1 000 variétés de mangues à travers le monde.



Le manguier pousse sous les climats tropicaux et son fruit est très présent en Calédonie en été. La mangue peut être ronde, ovale ou réniforme, sa peau est lisse et mince, de couleur verte, orange ou jaune, sa chair est jaune-orangée et s'apparente souvent à la chair de la pêche. C'est la raison pour laquelle on l'appelle souvent « la pêche des tropiques ».

Elle possède un large noyau plat.

## Comment la choisir ?

Une mangue mûre doit dégager une bonne odeur, sa peau doit être lisse et douce au toucher et ne pas avoir de traces de meurtrissures comme de petites taches brunes.

C'est un fruit qui doit être rapidement consommé après son achat. Sinon, pensez à les congeler pour pouvoir en consommer une fois la saison passée.

## Comment la découper ?

À première vue, la mangue peut paraître assez facile à découper. Mais détrompez-vous, son noyau plat peut être difficile à éviter et une mauvaise technique peut vous laisser avec votre fruit en bouillie. Couper la mangue en « hérissron » est une des façons les plus propres et les plus agréables pour déguster ensuite votre fruit.

## L'idée

Pour une touche vitaminée, mixez la mangue à des pommes lianes et ajoutez un trait de jus d'oranges. À déguster bien frais pour faire le plein d'énergie !



## Voici les étapes à suivre :

- Lavez la mangue mais n'enlevez pas la peau.
- Déterminez l'axe du noyau et coupez deux tranches parallèles en prenant soin d'éviter le noyau (qui fait environ 2cm d'épaisseur).
- Faites des entailles fermes mais pas trop profondes dans la chair en un motif quadrillé.
- Poussez la peau de la mangue afin que la chair soit à l'extérieur.
- Coupez les petits cubes à leur base et servez.

## Astuce

Les mangues les plus savoureuses sont celles que l'on cueille mûres. Si toutefois vous les cueillez vertes, placez-les dans un endroit frais et sec et elles continueront à mûrir.

Une fois qu'elles sont bien mûres, conservez-les au réfrigérateur et mangez-les rapidement.

## Comment la consommer ?

La mangue se consomme aussi bien crue que cuite. Elle se mélange parfaitement à vos salades de fruits, à vos yaourts ou sorbets ou se transforme en confiture, en coulis, en jus, en sauce, etc. Elle accompagne aussi bien vos desserts que vos plats ou hors-d'œuvres pour un côté sucré-salé. On utilise la mangue verte pour cuisiner les traditionnels chutneys à servir avec vos viandes ou foies gras.

La mangue est un fruit riche en vitamines A et C et en fibres.

Elle possède des propriétés anti-oxydantes pour prévenir certaines maladies (et notamment le vieillissement prématuré de nos cellules).

Elle est peu calorique : 60kcal/100g.

Moins les mangues sont mûres et plus elles gardent leurs qualités nutritives.

# Confit de piments doux



4 pots



90 minutes



Facile

## Ingrédients

- 12 piments doux rouges nettoyés
- 15 ml de gros sel
- 375 ml de vinaigre de cidre
- 125 ml d'eau
- 1 citron non pelé coupé en quatre
- 750 g de sucre

## Préparation

Hacher les piments au robot, saupoudrer de gros sel et laisser reposer 3 à 4 heures.

Bien égoutter et ajouter le vinaigre l'eau et le citron. Faire cuire pendant 30 mn à feu doux.

Retirer le citron et ajouter le sucre. laisser cuire à feu doux pendant environ 1 heure.

Remuer plusieurs fois.

Verser dans des bocaux propres et chauds.

Astuce : retournez vos pots encore chauds pour les conserver plus longtemps.



Jusqu'au 23 novembre 2015



**995<sup>f</sup>**

**Alsace  
Gewurztraminer  
Vieilles Vignes  
2014 - 75cl (Import)**



**595<sup>f</sup>**

**Muscadet de Sèvre  
et Maine sur lie  
Domaine La Hersandière  
2014 - 75cl (Import)**



**1190<sup>f</sup>**

**Sauternes  
Château  
Pineau du Rey  
2012 - 75cl (Import)**

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé,  
à consommer avec modération.



/champion.market.nc



**695<sup>f</sup>**

**Côtes  
de Provence  
Villa Louise**  
2014 - 75cl (Import)

**995<sup>f</sup>**

**Bandol Rosé  
L'Héritage  
des Collines**  
2014 - 75cl (Import)

**1190<sup>f</sup>**

**Tavel  
L'Olivet de  
Trinquevedel**  
2014 - 75cl (Import)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé,  
à consommer avec modération.



/champion.market.nc



market



**895<sup>f</sup>**

**Saint-Amour  
Château La Romanière**  
2014 - 75cl (Import)



**895<sup>f</sup>**

**Saumur Champigny  
Domaine Drouineau**  
2014 - 75cl (Import)



**495<sup>f</sup>**

**Côte du Rhône  
Clos Delorme**  
2013 - 75cl (Import)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé,  
à consommer avec modération.



/champion.market.nc



market



**595<sup>f</sup>**

**Bordeaux  
Château Palene**  
2012 - 75cl (Import)



**1690<sup>f</sup>**

**Haut Médoc Château  
Larose Trintaudon**  
2011 - 75cl (Import)



**895<sup>f</sup>**

**Blayes Côtes  
de Bordeaux  
Château  
Haut Lalande**  
2013 - 75cl (Import)

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé,  
à consommer avec modération.



/champion.market.nc



market

# Confiture d'oignons au vin rouge



2 personnes



50 minutes



Facile

## Ingrédients

- 4 oignons
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1/4 de litre de vin rouge
- 75 g de sucre roux

## Préparation

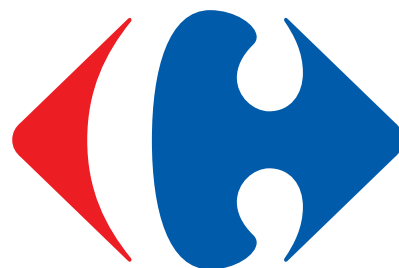
Ciseler finement les oignons. Dans une cocotte, bien faire chauffer l'huile d'olive et y faire rissoler les rondelles d'oignons pendant une dizaine de minutes. Il faut que les oignons soient bien fondants à la fin.

Lorsque tel est le cas, verser le vin rouge et le sucre roux. Bien mélanger. Laisser cuire jusqu'à totale absorption du vin rouge.

Par la suite, prendre un pot de confiture, bien le nettoyer à l'eau chaude et le remplir d'oignons cuits au vin rouge. Retourner le pot. Lorsque celui-ci est totalement froid, le mettre au réfrigérateur. Se conserve 2 semaines au frais.

# Carrefour

## KENU-IN



JUSQU'AU 15 NOVEMBRE 2015

OFFRE CONSO+  
1450F\*  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ

**1600F**

**Enceinte bluetooth**  
Réf : BTS 30.



**TOUJOURS**  
**DES**  
**PETITS PRIX**



RÉSOLUTION  
**20**  
M/pixels

**2200F**

**Ensemble casque + caméra**  
**OMEGA**

Réf : OUE 195HD.

- Caméra haute résolution CMOS capteur d'image.

**2600F**

**Lecteur MP3 vidéo**  
**BLUESKY**

Réf : BMP 4000.

- Il permet d'écouter votre musique et de lire vos vidéo/photos.
- Lecteur de micro carte SD.
- Écran couleur : 4,7 cm.
- Compatible : MP3/WMA/WAV/AMV/JPEG.
- Accessoires fournis : câble USB, écouteurs.
- Fonction dictaphone.



Puissance  
**1.2W**  
X2 RMS



**5200F**

**Lecteur CD-R/CD-RW/MP3**  
**DAEWOO**

Réf : DBU-38 W.

- Mémoire programmable de 99 chansons MP3 et 20 CD.
- Fonction repeat.
- Radio numérique PLL-FM avec 20 présélections.
- Compatible : MP3/WMA/WAV/AMV/JPEG.
- Prise casque.
- Alimentation : secteur et piles ( 6 LR14 non fournies ).
- Port USB.



# 4500<sup>F</sup>

**Téléphone mobile senior  
MPMAN**

- Réf : PH 120S.
- Grosse touche.
  - Radio FM.
  - Dual SLIM.

# 4500<sup>F</sup>

**Appareil photo numérique  
VIVICAM**

- Réf : VIVICAM 8819 noir.
- Auto-flash.
  - Existe en : violet, blanc et bleu.



# 1600<sup>F</sup>



**Sacoche de transport  
WE**

- Réf : WE.
- Pour ordinateur 15 pouces.
  - Ouverture par fermeture éclair sur le dessus.
  - 2 poignées de transport renforcées.
  - 1 sangle de transport réglable.
  - En polyester.
  - Couleur : noir.



# 9500<sup>F</sup>

**Disque dur externe  
TOSHIBA**

Réf : TOSHIBA.



# 7500<sup>F</sup>

**Disque dur externe  
TOSHIBA**

Réf : TOSHIBA.

Votre magasin a commandé les marchandises en quantité suffisante pour vous satisfaire pendant la période indiquée. Si exceptionnellement des articles venaient à manquer, il mettra tout en œuvre pour pouvoir vous les fournir (ou des articles similaires), au prix indiqué selon les stocks disponibles.

## Vite, ma carte de fidélité CONSO+ !

Gratuite. Immédiate. Illimitée. Pratique.



*Je gagne des points,  
j'obtiens des réductions,  
je fais le plein de cadeaux.*

Retrouvez toute l'actualité de votre Carte Conso+ sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)

Renseignement et adhésion au stand CONSO+ de votre hypermarché Carrefour.



# Perles du Japon au lait de coco et mangue



4 personnes



30 minutes



Facile

## Ingrédients

- 1 boîte de 40 cl de lait de coco
- 15 cl de lait demi-écrémé
- 30 g de cassonade
- 50 g de perles du Japon (tapioca au rayon semoule, farine de votre supermarché)
- 1 mangue mûre à point

## Préparation

Dans une casserole portez à ébullition le lait de coco, le lait et la cassonade en remuant sans cesse. Ajoutez ensuite les perles du Japon et baissez le feu au minimum. Laissez cuire à petits bouillons en remuant régulièrement afin que le fond n'attache pas pendant 15 min.

Quand les perles sont transparentes arrêtez la cuisson et transvasez la préparation dans un saladier afin qu'elle refroidisse. Remuez de temps en temps avec une cuillère en bois. Il faudra environ une heure pour que le mélange soit à peine tiède.

À ce moment, commencez à peler votre mangue et à la détailler en petits cubes de 3 mm de côtés. Incorporez les 3/4 de ces petits cubes au mélange crémeux et mélangez délicatement avec la cuillère en bois.

Versez cette préparation dans des ramequins en verre et parsemez du reste des cubes de mangue. Décorez avec de la menthe fraîche ciselée ou un peu de noix de coco en poudre. Filmez les ramequins et entreposez au frais pendant une heure ou plus. Servez bien frais !

# Compote de mangues



4 personnes



30 minutes



Facile

## Ingrédients

- 1,5 kg de mangues
- zeste de citron
- cannelle
- 150 g de sucre

## Préparation

Epluchez les mangues. Extraire le noyau. Coupez la chair en morceaux.

Détachez le zeste du citron en lamelles. Faites le cuire avec les mangues (l'eau doit recouvrir les fruits). Parfumez à la cannelle.

Faites cuire durant 30 min. Ajoutez le sucre hors du feu.

Laissez reposer 2 heures. Réduisez la compote à feu moyen en la tournant durant 10 min avec une cuillère en bois.

# Confiture de kiwis



3 pots



30 minutes



Facile

## Ingrédients

- Le zeste et le jus d'1 citron
- 1 kg de kiwis
- 900 g de sucre cristallisé

## Préparation

Laver le citron en le brossant, râper le zeste, puis le presser. Reserver le tout.

Peler les kiwis et les détailler en morceaux. Les placer dans une jatte. Ajouter le sucre, le zeste et le jus de citron. Bien mélanger et laisser reposer 3 heures.

Verser la préparation dans une bassine à confiture ou dans une cocotte. Faire cuire sur feu doux 1 heure en mélangeant de temps en temps jusqu'à ce que les fruits soient bien confits.

Mettre en pots. Fermer hermétiquement.



# Yogourt aux fraises



3 personnes



20 minutes



Facile

## Ingrédients

- 250 ml de yogourt à la vanille
- 100 g de fraises
- 30 g céréales muesli
- sirop d'érable

## Préparation

Dans deux verres transparents, déposer 60 ml de yogourt.

Déposer la moitié des fraises sur le yogourt.  
Ajouter les céréales.

Verser le reste du yogourt et terminer avec un étage de fraise.

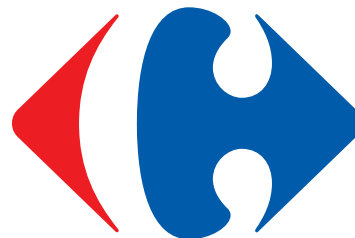
Ajouter le sirop d'érable.

Vous pouvez rajouter un étage de confiture de fraises ou de framboises.



# Carrefour

## KENU-IN



DU 01 NOVEMBRE AU 30 NOVEMBRE 2015

OFFRE CONSO+  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ\*

**240<sup>F</sup>**

**295<sup>F</sup>**

**Nettoyant pour appareil dentaire CARREFOUR**

La boîte de 30 comprimés.  
Origine CEE



Boîte  
x 30



L'unité

**250<sup>F</sup>**

**Solution dentaire CARREFOUR**

Différentes variétés.  
Le flacon de 500 ml.  
Soit le litre : 500<sup>F</sup>.  
Origine CEE



**Dentifrice CARREFOUR**  
Sensitive ou blancheur.  
Le lot de 2 x 75 ml.  
Soit le litre : 1600<sup>F</sup>.  
Origine CEE

L'unité

**240<sup>F</sup>**



LOT  
x 2

L'unité

**150<sup>F</sup>**

**Gel moussant mains CARREFOUR**

Extra riche ou super doux.  
La pompe de 300 ml.  
Soit le litre : 500<sup>F</sup>.  
Origine CEE



## L'hygiène au Féminin



Boîte  
x 24

**275<sup>F</sup>**

**Tampons CARREFOUR ÉCO planet**

Sans applicateur.  
Par 24.  
Origine CEE



Boîte  
x 24

**275<sup>F</sup>**

**Protège-slips CARREFOUR ÉCO planet**

Normal à plat.  
Par 24.  
Origine CEE



**215<sup>F</sup>**

**Gel intime CARREFOUR**

Fraîcheur au quotidien.  
La pompe de 250 ml.  
Soit le litre : 860<sup>F</sup>.  
Origine CEE



Boîte  
x 20

OFFRE CONSO+  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ\*

**175<sup>F</sup>**

**215<sup>F</sup>**

**Lingettes intimes CARREFOUR**

Fraîcheur au quotidien.  
Par 20.  
Origine CEE

OFFRE CONSO+  
495<sup>F</sup>  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ

540<sup>F</sup>

Gel pied  
délassant  
**NECTAR of  
NATURE**

Le tube de 150 ml.  
Soit le litre : 3600<sup>F</sup>.  
Origine CEE



**CHOUCHOUTEZ  
VOTRE  
CORPS**



L'unité

850<sup>F</sup>

Crème pied réparatrice  
ou baume pied intensif  
**NECTAR OF  
NATURE**

Le pot de 150 ml.  
Soit le litre : 5667<sup>F</sup>.  
Origine CEE

OFFRE CONSO+  
495<sup>F</sup>  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ

595<sup>F</sup>

Cire orientale  
**NECTAR of  
NATURE**

Le pot de 250 ml.  
Soit le litre : 2380<sup>F</sup>.  
Origine CEE



L'unité

195<sup>F</sup>

Déodorant  
"24 heures"  
**NECTAR OF  
NATURE**

Femme.  
Différentes variétés.  
L'atomiseur de 200 ml.  
Soit le litre : 975<sup>F</sup>.  
Origine CEE



Votre magasin a commandé les marchandises en quantité suffisante pour vous satisfaire pendant la période indiquée. Si exceptionnellement des articles venaient à manquer, il mettra tout en œuvre pour pouvoir vous les fournir (ou des articles similaires), au prix indiqué selon les stocks disponibles.

**Vite, ma carte de fidélité CONSO+ !**

Gratuite. Immédiate. Illimitée. Pratique.



*Je gagne des points,  
j'obtiens des réductions,  
je fais le plein de cadeaux.*

Retrouvez toute l'actualité de votre Carte Conso+ sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)

Renseignement et adhésion au stand CONSO+ de votre hypermarché Carrefour.



# L'aloë vera : votre partenaire beauté



Sous forme de crème hydratante, de gel apaisant ou de boisson énergisante, l'aloë vera occupe une place de plus en plus importante dans notre routine beauté. Découvrez les bienfaits quotidiens de cette plante sur notre corps et nos cheveux.

L'aloë vera (ou aloès) est une plante sans tiges, aux feuilles étroites longues et dentées, dotées de propriétés curatives impressionnantes. On recueille dans la partie verte sa chair transparente et gluante pour en faire des remèdes ou des cosmétiques à usage interne ou externe. Il est riche en vitamines et en minéraux.

L'aloë vera est devenu la plante « chouchou » de nombreuses femmes et de médecins au cours des dernières années et on lui prête des vertus pour tous les maux.

Il existe près de 300 espèces d'aloë. La plus répandue reste l'aloë vera qui possède de nombreux bienfaits et qui est facile à cultiver.

Du temps des Mayas, on utilisait déjà l'aloë vera (appelée « fontaine de jouvence ») à des fins thérapeutiques. Aujourd'hui, il est très souvent utilisé en médecine pour renforcer les défenses, pour ses propriétés anti-inflammatoires, cicatrisantes ou encore en antibiotique.

L'aloë vera est considérée comme l'une des plantes les plus prometteuses dans la lutte contre les maladies occidentales et dans la prévention contre le cancer.

## Les vertus pour le corps

L'aloë vera est utilisé pour nettoyer votre corps de l'intérieur en purifiant votre intestin et vos voies urinaires. La plante travaille à stimuler vos défenses naturelles et à vous apporter un bien-être intestinal au quotidien. Consommez-la en boisson pure ou mélangée à de l'eau le matin au réveil pour une meilleure efficacité (notamment pour lutter contre la constipation).

La consommation régulière de jus d'aloë vera entraînerait une normalisation des constantes biologiques (cholestérol, glycémie) et régulariserait le transit et la flore intestinaux.

## Pour les cheveux et la peau

L'aloë facilite également la régénération des cellules et est donc préconisé en cas de brûlures (n'hésitez pas à en mettre sur vos coups de soleil !) et de problèmes de cicatrisation. Appliquez-le sous forme de gel ou de crème directement sur la zone concernée. Ses vertus revitalisantes (il stimule la production de collagène) vous permettront également de lutter contre le vieillissement prématuré de la peau. Au quotidien, l'aloë vera prévient et répare les petits problèmes de peau (acné, eczéma, irritations, etc.) et lui apporte douceur et souplesse.

**Astuce :**  
**mettez votre gel d'aloë vera**  
**au frigo et appliquez-le après**  
**voire séance d'épilation**  
**pour soulager votre peau**

**WORLD SALES NO.1 BRAND**

**Boisson à l'Aloe Vera**

**Sans Sucres**

**OKF Aloe vera King Sugarfree**

**DISTRIBUTEUR**

**CÔTE D'ASIE IMPORT**  
亞洲海灣區

**23, rue de Verdun  
Centre-Ville  
24 04 34**

**www.cotedasie.nc**

Côté cheveux, l'aloë vous permettra de fortifier votre cuir chevelu, tout en prévenant les fourches et en assainissant les racines. Utilisé en shampoing ou en crème, il facilitera le démêlage de vos cheveux, qui seront plus volumineux et plus brillants. Appliquer le gel ou la crème sur les pointes humides ou en masque sous la douche. Il peut aussi servir de gel coiffant.

## Comment choisir son aloë vera ?

L'aloë vera se trouve facilement en supermarché, en magasin bio ou en pharmacie. Les qualités peuvent être très variables, il est donc important de bien regarder la composition pour avoir un produit le plus naturel possible. En effet, l'utilisation de conservateurs peut nuire aux propriétés curatives de la plante. Le plus simple est encore de cultiver vous-même votre aloë vera bio à la maison. En effet, c'est une plante qui demande très peu d'entretien et d'eau et qui peut pousser à l'intérieur.

Attention, elle a besoin de lumière mais redoute le soleil direct qui peut l'assécher. L'aloë vera pousse très rapidement, vous serez donc vite en mesure de confectionner vos propres remèdes maison.

## À noter

Éviter de consommer de l'aloë vera pendant la grossesse et l'allaitement et pour les enfants de moins de six ans. L'aloë vera ne présente aucune toxicité, ni contre-indication à un autre médicament. Il reste cependant prudent de demander l'avis de votre médecin dans le cadre d'une médication spécifique. L'usage de l'aloë vera ne peut en aucun cas remplacer un traitement médical.

## Astuce

**Vous pouvez aussi utiliser l'aloë vera en cuisine pour agrémenter vos desserts, yaourts ou boissons.**





# FOREVER



Cliquez, vendu !  
[www.natural-health.flp.com](http://www.natural-health.flp.com)  
 Tél : 80 73 24



**Conseils et suivi personnalisé :  
c'est notre métier !**



Bientôt Noël !  
 Pensez à offrir un cadeau original !  
 15 % à 35 % de remise !

# C20r Citadine

**Achetez  
maintenant  
payez en  
2016 !\***



Photo non contractuelle - COUP D'ŒIL

**1 390 000<sup>F</sup>** ..... **am achatmalin.nc**

\*Un crédit vous engage et doit être remboursé. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager. Votre Great Wall C20R à 1 390 000 CFP (tarif au 01/10/2015 hors frais de mise à la route et écotaxe) en location avec option d'achat pour 29 700 CFP par mois hors assurance facultative (1) pendant 61 mois. Montant total dû avec option d'achat 1 792 100 CFP hors frais de dossier. (2) \* Offre de location avec option d'achat sur 61 mois aux conditions ci-dessous (2), valable du 27/07/15 au 15/09/15 inclus, pour la commande à usage privée chez NC Motors d'une Great Wall C20R au prix de 1 390 000 CFP (hors frais de mise à la route et éco taxe), sous réserve d'acceptation par le bailleur GE Money. (2) Montant du financement : 1 390 000 CFP. Option d'achat finale : 13 900 CFP — le montant des loyers est de 29 700 cfp mensuel. Montants exprimés hors prestations complémentaires facultatives (a) pour une 1ère échéance à 30 jours. Le coût mensuel de l'assurance facultative emprunteur (b) s'ajoute à chaque loyer. Le montant de l'assurance facultative emprunteur varie en fonction de l'âge et du type de garanties. Pour un prêt de 1 390 000 CFP, sur une durée de 61 mois, cette assurance représente pour un assuré de moins de 60 ans (sous réserve des conditions d'éligibilité) un coût total de 76 320 CFP sur la durée du prêt; un coût mensuel de 1272 CFP qui s'ajoute à chaque échéance de remboursement. Cette assurance couvre le Décès, la Perte Totale et Irréversible d'Autonomie, et l'Incapacité Temporaire Totale de Travail. (1) Si vous adhérez à notre assurance facultative Garantie Emprunteur, le coût maximal de la cotisation à ajouter au montant de votre mensualité est de 1272 CFP. - Assurances facultatives emprunteur GENWORTH. Adhésion selon critères d'éligibilité, conditions et exclusions disponibles sur demande Genworth Assurances, nom commercial des succursales françaises de FACIL & FICL (RCS Nanterre 479 311 979 & 479 428 039) - Tour Franklin - TSA 73100 - 92919 Paris La Défense Cedex. Financial Assurance Company Limited (FACL) & Financial Insurance Company Limited (FICL), sociétés d'assurance vie et dommages immatriculées au Royaume-Uni sous les n° 4873014 et 1515187 - Building 11, Chiswick Park, Chiswick High Road, Londres, W4 5XR, Royaume-Uni - Autorité de contrôle : Financial Services Authority - 25 The North Colonnade, Canary Wharf - Londres - Royaume-Uni. L'emprunteur bénéficie d'un délai de rétractation de 14 jours à compter de la signature de l'offre de financement, réductible jusqu'à 3 jours en cas de demande de livraison immédiate. NC Motors inscrit ORIAS sous le numéro 14000684 n'a pas de pouvoir décisionnaire quant à l'octroi du financement. Il travaille à titre non exclusif avec (a) General Electric Financement Pacifique - SAS au capital de 4 094 631 000 CFP agréé en qualité de société de financement - Siège Social Centre commercial La Belle Vie- 224, rue J. Léakawé- PK 6 - 98 895 Nouméa Cedex. 650 721 RCS Nouméa. Intermédiaire en assurance.



**ALMAMETO**  
AUTOMOBILES

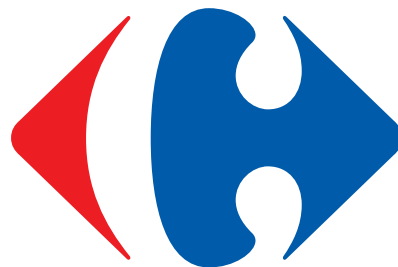
Tél. 41 42 60



**Great Wall**  
Focus Dedication Specialization

# Carrefour

## KENU-IN



JUSQU'AU 15 NOVEMBRE 2015

OFFRE CONSO+  
7900<sup>F</sup>  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ

8900<sup>F</sup>

Tronçonneuse  
électrique  
CARREFOUR

- 2000 W.
- Longueur de coupe : 40 cm.



2

TEMPS

TOUJOURS  
DES  
DES PETITS PRIX



16500<sup>F</sup>

Tronçonneuse  
thermique 53 CC

Réf : GS 5800.

- Mélange : 3%.
- Capacité carburant : 550 ml.
- Huile moteur : 10W30.
- Réservoir huile : 260 ml.
- Dimension guide de chaîne : 50 cm.
- Poids : 7,5 kg.

15900<sup>F</sup>

Débroussailleuse  
thermique

Réf : BC 35X.

- Rotofil + lame.



4

TEMPS

12900<sup>F</sup>

Tondeuse électrique

Réf : GD 58607.

- 1400 Watts.



OFFRE CONSO+  
3500F  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ

3990F

### Équipement complet

- Compatible tous véhicules.
- Housses panachées : TU - TU+ - 5s.
- Tissu haut de gamme.
- Empiècement tissu coton matelassé.

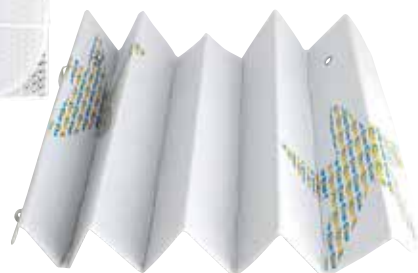
Pour monospace (7 places)



750F

### Pare soleil

- Double bulle.
- Impression logo 4 couleurs.



5490F

### Big pack 14 pièces

Comprenant :

- 2 housses pour sièges avant.
- 2 housses pour sièges arrière.
- 5 appuie-têtes.
- 2 tapis avant.
- 2 tapis arrière.
- 1 serviette éponge.

14

PIÈCES



Tapis

x4

Haut de gamme

2200F

### Tapis standard

- Moquette aiguilletée velours.
- Sous couche innovante DBS « dos scrach » sous les 4 tapis.
- Ganse de finition noire.
- Talonnette de protection PVC.



Tapis

x2

1290F

### Tapis bac en caoutchouc ALLROADS

- Adaptable à tous les véhicules.
- 2 tapis avant.



Tapis

x5

1900F

### Tapis bac en caoutchouc ALLROADS

- Adaptable à tous les véhicules.
- 2 tapis avant.
- 3 tapis arrière.

Votre magasin a commandé les marchandises en quantité suffisante pour vous satisfaire pendant la période indiquée. Si exceptionnellement des articles venaient à manquer, il mettra tout en œuvre pour pouvoir vous les fournir (ou des articles similaires), au prix indiqué selon les stocks disponibles.

Vite, ma carte de fidélité CONSO+ !

Gratuite. Immédiate. Illimitée. Pratique.



Je gagne des points,  
j'obtiens des réductions,  
je fais le plein de cadeaux.

Retrouvez toute l'actualité de votre Carte Conso+ sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)

Renseignement et adhésion au stand CONSO+ de votre hypermarché Carrefour.





# Le podomètre : fonctionnement et bénéfices santé

Vous avez envie de vous remettre en forme ? Ou d'augmenter votre activité physique ? Mais vous manquez de motivation... Adoptez un podomètre ! Ce petit objet discret vous suivra toute la journée pour vous aider à vous bouger ! Comment l'utiliser et en faire un véritable allié contre la sédentarité ? Suivez le guide...

Le podomètre a été conçu pour mesurer vos pas dans la journée. Il en existe de différentes formes et de toutes les couleurs. Porté en ceinture ou en bracelet, il pèse généralement moins de 50g et permet de mesurer votre activité physique tout au long de la journée, que vous fassiez du sport ou que vous alliez simplement faire vos courses, il vous dira si vous vous dépensez assez jour après jour.

## Objectif

Même si vous pratiquez un sport dans la semaine, se sont les pas que vous faites dans la journée qui permettent de mesurer et de maintenir sur le long terme votre capital santé. Et tous les déplacements comptent !

Pour vous permettre de vous rendre compte de votre activité, le podomètre est un excellent outil. Que ce soit pour des questions de santé, de perte de poids ou tout simplement de bien-être, cet objet sert avant tout à développer une activité physique régulière.

## Mesurer son activité :

- Moins de 5 000 pas / jour : sédentaire
- Entre 5 000 et 7 500 pas / jour : peu actif
- Entre 7 500 et 10 000 pas / jour : modérément actif
- Entre 10 000 et 12 500 pas / jour : actif
- Plus de 12 500 pas / jour : très actif
- 1 000 pas correspondent environ à 10 minutes de marche.

Il est recommandé de faire 10 000 pas par jour pour un adulte (ou 30 minutes de marche rapide). Si vous souhaitez augmenter votre activité, vous pouvez par exemple vous fixer un objectif de 1 000 pas de plus par jour sur une période d'un mois. En choisissant de prendre les escaliers plutôt que l'ascenseur ou de délaissier votre voiture pour aller chercher le pain à pieds, vous verrez rapidement les effets bénéfiques sur votre santé !

## Comment l'utiliser

L'idéal est de le mettre le matin au lever dès que vous êtes habillés. Pendant la journée, enlevez-le lorsque vous faites du vélo, par contre il doit être porté pour des activités physiques telles que les randonnées, le jardinage, le shopping, etc.

Le soir, enlevez-le au moment du coucher et reportez le nombre de pas que vous avez faits au cours de la journée sur votre agenda ou votre carnet d'activité physique.

Si vous avez un podomètre connecté, vos données quotidiennes seront gardées en mémoire.

## Quel podomètre choisir ?

### Le podomètre classique

Il se fixe discrètement à votre taille et s'active simplement par un pendulier activé par les mouvements de balancier de votre corps. Pour être efficace, il doit être placé verticalement entre le nombril et la hanche. Un simple test au moment de sa mise en service vous permettra de voir s'il fonctionne bien. Référez-vous à la notice.

**On aime :** son prix attractif accessible au plus grand nombre.

**On aime moins :** son positionnement au niveau de la ceinture qui peut être gênant pour certaines personnes et qui peut conduire à des données erronées s'il est mal mis.

### Le podomètre connecté

Le plus souvent présenté sous forme de bracelet, il est connecté à votre téléphone via une application dédiée.

**On aime :** sa capacité à mesurer et à garder en

## UNE GAMME D'EMBALLAGES ADAPTÉS À VOS BESOINS

# Simplissimo

by  **OPT**  
Nouvelle-Calédonie

PARCE QUE CHAQUE ENVOI EST PRÉCIEUX,  
AYEZ LE RÉFLEXE SIMPLISSIMO



mémoire vos données et à les analyser (il peut par exemple vous faire un bilan de vos performances et de votre taux de progression), et à vous donner plein d'autres infos utiles (telles que le nombre de calories brûlées, la fréquence cardiaque, la distance parcourue, etc.)

**On aime moins :** son prix encore élevé et le fait de devoir garder son téléphone constamment près de soi pour garantir la fiabilité des données.

Les adeptes du podomètre disent avoir un sommeil plus réparateur, moins souffrir de stress et être globalement de meilleure humeur.

Son utilisation reste cependant limitée à la marche et on regrette qu'il ne puisse mesurer notre activité lorsque l'on fait du vélo ou de la natation.

### Ses bienfaits

Selon les statistiques, l'utilisation d'un podomètre permet d'augmenter sensiblement l'activité physique. Il joue donc un rôle dans la prévention de certaines maladies liées à la sédentarité telles que l'obésité, l'hypertension artérielle ou encore les maladies coronariennes. Bien plus, le podomètre est une réelle source de motivation pour ses utilisateurs puisqu'il permet de voir concrètement ses progrès jour après jour.

### *On se motive !*

**Promener son chien  
pendant 10 minutes = 1 100 pas**

**Une heure de shopping  
= 4 700 pas**

**45 minutes de jardinage  
= 3 000 pas**

**10 minutes de vélo  
équivalent à 1 500 pas**



**L'@pp**  
L@goon



**À TÉLÉCHARGER DÈS MAINTENANT  
GRATUITEMENT**



Disponible sur  
**App Store**

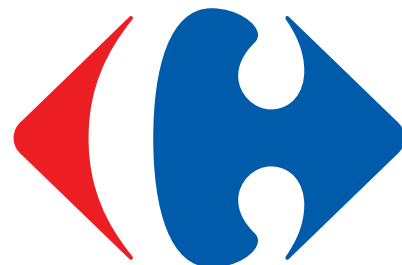


Disponible sur  
**Google play**

\*Application réservée aux abonnés Lagoon.

# Carrefour

## KENU-IN



02 NOVEMBRE AU 15 NOVEMBRE 2015



### Poncho DISNEY

100% coton.  
Reine des Neiges, Cars, la petite sirène,  
Mickey, Minnie et Spiderman.  
Réf : 553333



60 x 120 cm



PONCHO

1790<sup>F</sup>

OFFRE CONSO\*  
1590<sup>F</sup>  
200<sup>F</sup>  
D'ÉCONOMIE  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ



75 x 150 cm



Bain  
de soleil  
en vue !

### Drap de plage DISNEY

Reine des neiges, Anna,  
la petite sirène, Mickey,  
Minnie et Cars.  
100% coton.  
360 g/m<sup>2</sup>.  
Réf : 558170.

Le drap de plage

1890<sup>F</sup>

OFFRE CONSO+  
1890F  
300F  
D'ÉCONOMIE  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ

## Ensemble tee-shirt manches courtes + short uni

100% coton.  
2 coloris.  
Réf : OE1097.

De 2 à 8 ans

2190F



1590F

## Tee-shirt manches courtes

100% coton.  
Différents coloris.  
Réf : OE1088/OE1078/OE1086.

## ou manches longues

100% coton.  
Différents coloris.  
Réf : OE1094/OE1095.

De 2 à 8 ans



1590F

## Tee-shirt manches courtes

100% coton.  
Différents coloris.  
Réf : OE1159/OE1611/OE1716  
OE1157/OE1443.

## ou manches longues

93% coton et 7% polyester.  
Différents coloris.  
Réf : OE1686.

## ou débardeur

Réf : OE1678.

De 2 à 8 ans



1690F

## Ensemble tee-shirt manches courtes + short DISNEY

93% coton et 7% polyester.  
2 coloris.  
Réf : OE2160.

De 2 à 8 ans



890F

## Casquettes

Fille ou garçon.  
100% coton et 100% polyester.  
Différents modèles et coloris.  
Réf garçon : OE4082/OE4103.  
Réf fille : OE4256/OE4131  
OE4114/OE4074.

Votre magasin a commandé les marchandises en quantité suffisante pour vous satisfaire pendant la période indiquée. Si exceptionnellement des articles venaient à manquer, il mettra tout en œuvre pour pouvoir vous les fournir (ou des articles similaires), au prix indiqué selon les stocks disponibles.

# Vite, ma carte de fidélité CONSO+ !

## Gratuite. Immédiate. Illimitée. Pratique.



*Je gagne des points,  
j'obtiens des réductions,  
je fais le plein de cadeaux.*

Retrouvez toute l'actualité de votre Carte Conso+ sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)

Renseignement et adhésion au stand CONSO+ de votre hypermarché Carrefour.





## Les palettes : l'objet déco tendance



Initialement utilisées pour porter des charges importantes, les palettes s'invitent désormais dans notre intérieur et sur nos terrasses ! Ces planches en bois peuvent être déclinées de toutes les manières possibles pour créer une ambiance et un style allant du vintage au design.

**P**ourquoi les palettes ? Parce que c'est facile à trouver, on peut souvent en récupérer gratuitement et surtout on peut les customiser et les transformer pour les adapter à toutes les pièces de la maison.

### Comment choisir les palettes ?

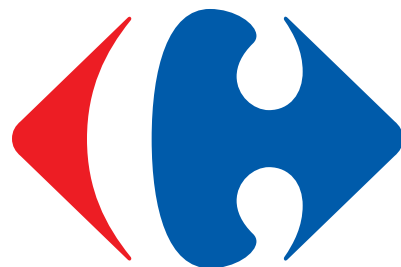
Les palettes sont robustes et faites pour être réutilisées.

Les palettes les plus courantes sont celles marquées des sigles « EPAL » ou « EUR ». Elles mesurent 120 x 80 cm et sont conçues pour supporter une charge de 1 500 kg. Elles sont fabriquées pour la plupart en pin ou en peuplier. Elles ont obligatoirement subi un traitement thermique pour éviter la propagation d'insectes ou de champignons.

Prenez soin de poncer les palettes que vous avez récupéré pour éviter de vous blesser avec des échardes. Vous pouvez ensuite peindre et vernir le bois pour lui garantir une meilleure tenue dans le temps et pour l'associer à votre déco.

# Carrefour

## KENU-IN



02 NOVEMBRE AU 15 NOVEMBRE 2015

### 1550<sup>F</sup>

#### Ballerine

Tissu et synthétique.

Réf : 564571/539017/564802.

36 au 41



## LES

## BONS

## PLANS

### 1250<sup>F</sup>

#### Ballerine

Tissu et synthétique.

Coloris assortis.

Réf : 564683.

35 au 41



### 3190<sup>F</sup>

#### Escarpin

Semelle compensée. Cuir.

Gris/noir.

Réf : 564803.

35 au 42



### 3150<sup>F</sup>

#### Derby détente

Réf : 564524.

40 au 46



### 2990<sup>F</sup>

#### Ballerine vernis

Cuir.

Marine/rouge.

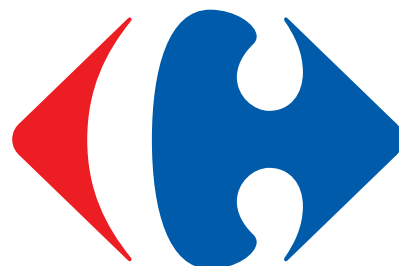
Réf : 552090.

35 au 41



# Carrefour

## KENU-IN



02 NOVEMBRE AU 15 NOVEMBRE 2015

### Oreiller triangulaire

3690<sup>F</sup>

Enveloppe : polycoton.  
Idéal pour l'allaitement ou problème de cervicale.



OFFRE CONSO+  
2790<sup>F</sup>  
900<sup>F</sup>  
D'ÉCONOMIE  
LE RENDEZ-VOUS FIDÉLITÉ\*

**LE PLUS**

ANTIBACTÉRIEN



Le véritable oreiller  
"Ergonomique"  
Position physiologique idéale  
pour le sommeil.

5190<sup>F</sup>

**LE PLUS**

Déhoussable  
Lavage en machine à 40°

2990<sup>F</sup>

45 x 70 cm

60 x 60 cm



Oreiller fraîcheur  
"Coolmax"  
Lavable à 40°.

**LE PLUS**

Évaporation rapide  
de la transpiration



4590<sup>F</sup>

45 x 70 cm

60 x 60 cm



Oreiller  
"Évolution"

Le réveil en pleine forme.

**LE PLUS**

Garantie 50 lavages  
à 90°



Oreiller  
"Everyday pillow"

Garnissage : 100% polyester.

~~1990<sup>F</sup>~~  
**1590<sup>F</sup>**

ÉCONOMIE  
400<sup>F</sup>

44 x 67 cm

# 1 article

# ACHETÉ = Le 2<sup>ème</sup> pour 200<sup>F</sup> de plus\*

# LA BONNE AFFAIRE !



Pour les détenteurs  
de la carte



\* L'offre «Pour 200<sup>F</sup> de plus» s'applique sur des articles de tailles identiques (coloris différents). Voir la liste ci-dessous.  
*Remise directement en caisse.*

Taie d'oreiller 63 x 63 cm : **1690<sup>F</sup>**

Taie d'oreiller rectangulaire 50 x 70 cm : **1790<sup>F</sup>**

Drap housse 140 x 190 cm : **3090<sup>F</sup>**

Drap housse 160 x 200 cm : **3490<sup>F</sup>**

Drap housse 180 x 200 cm : **3690<sup>F</sup>**

Coloris : blanc, anthracite, chocolat, beige et mauve.

Exemple

1 drap housse 140 x 190 cm acheté : 3090<sup>F</sup>  
**Les 2 draps housses 140 x 190 cm = 3290<sup>F</sup>**  
**soit 1645<sup>F</sup> l'unité**

Le coton bio TEX, c'est la garantie d'un coton :  
- cultivé sans OGM

Les produits Carrefour Bio sont certifiés par le label OEKO-TEX.

Ce label garantit que les colorants et substances chimiques utilisés sont sans danger, sans substances allergisantes ou cancérigènes.

TEX Bio, la garantie d'un produit bon pour vous et pour l'environnement.

**Tex**  
home  
100% Pur Coton  
**BIO**  
LOGIQUE  
ISSU DE L'AGRICULTURE  
BIOLOGIQUE

Votre magasin a commandé les marchandises en quantité suffisante pour vous satisfaire pendant la période indiquée. Si exceptionnellement des articles venaient à manquer, il mettra tout en œuvre pour pouvoir vous les fournir (ou des articles similaires), au prix indiqué selon les stocks disponibles.

## Vite, ma carte de fidélité CONSO+ !

## Gratuite. Immédiate. Illimitée. Pratique.



*Je gagne des points,  
j'obtiens des réductions,  
je fais le plein de cadeaux.*

Retrouvez toute l'actualité de votre Carte Conso+ sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)

Renseignez-vous et adhérez au stand CONSO+ de votre hypermarché Carrefour.



PHOTO NON CONTRACTUELLE

## Quelques idées déco

### Côté salon

Créez une ambiance industrielle chez vous en transformant une palette en table basse. Il vous suffit d'y rajouter quatre roues et vous pouvez combler les trous avec de simples planches en bois. Ajoutez des crochets à une palette peinte et clouée au mur pour vous faire un porte-manteau original.

### Côté chambre

Superposez des palettes pour vous créer un sommier confortable et économique ! Récupérez des palettes pour faire votre propre tête de lit.

### Côté cuisine

Transformez une palette en étagère style bistro pour entreposer vos bouteilles de vin et les verres qui vont avec ! Créez-vous une table d'appoint pour vos repas en famille. Utilisez juste une palette avec deux tréteaux et le tour est joué !

**Astuce :**  
pour amuser les enfants,  
vous pouvez recouvrir le bois  
d'une peinture type ardoise  
pour leur permettre de dessiner  
dessus à la craie.

### Côté jardin

Vous pouvez vous servir d'une palette pour créer une jardinière verticale en l'accrochant tout simplement à un mur. Récupérez quelques palettes en fonction de la place dont vous disposez et fabriquez très simplement un salon de jardin en les superposant. Ajoutez-y des coussins en mousse pour l'assise et le tour est joué !

**Astuce :**  
fixez des roulettes sous  
votre canapé d'extérieur  
pour pouvoir le bouger facilement  
s'il n'est pas à l'abri du soleil.



# Conforama

C'est bon de changer

JUSQU'AU 30 NOVEMBRE 2015

**-20%\***

Lit teck/bambou  
naturel  
180 x 200 cm

~~129 900<sup>F</sup>~~

**103 920<sup>F</sup>**



**-20%\***

sur le teck  
et les salons de jardin



**-20%\***

Ensemble  
salon de jardin

~~105 900<sup>F</sup>~~

**84 720<sup>F</sup>**

(\*) Signalés en magasin par étiquettes spéciales.

CONFORAMA - CENTRE COMMERCIAL KENU-IN - ENTREE DE KOUTIO

TEL. : 41.59.59 - FAX : 41.39.09 - SAV : TEL./FAX : 41.17.38

Ouvert : Lundi de 9h à 19h - Mardi à Jeudi de 8h30 à 19h / Vendredi à Samedi de 8h à 19h - Dimanche de 8h à 12h

**Conforama**  
C'est bon de changer



# 10 conseils pour réduire sa consommation d'essence



Il existe des astuces simples et efficaces pour vous faire économiser du carburant pendant vos trajets.

## **Conseil n°1 : ne laissez pas le moteur tourner**

Roulez dès que vous avez démarré le moteur et coupez-le pour tout stationnement supérieur à 1 minute.

Les systèmes start and go ont prouvé leur efficacité dans ce domaine. En coupant le moteur à un feu, vous ferez une économie pouvant aller jusqu'à 10 % de votre consommation totale.

## **Conseil n°2 : changez de vitesse**

Lorsque vous accélérez, il est important de changer de vitesse rapidement.

En effet, si vous montez trop haut dans les tours, votre consommation d'essence augmente. Les rapports de vitesse plus élevés sont beaucoup plus économiques en terme de carburant.

Accélérez en douceur et passez les rapports sans les pousser. Même en ville, la consommation d'essence est moins importante en 5e qu'en 3e.

Prenez également soin d'éviter les accélérations brutales qui abiment le moteur et augmentent votre consommation d'énergie.

## **Conseil n°3 : utilisez le frein moteur**

En ville, pensez à rétrograder plutôt qu'à utiliser directement le frein à l'approche d'un feu. Anticipez et modulez votre conduite pour utiliser les rapports au mieux.

Observez la situation de la route au loin pour éviter de donner des coups d'accélérateurs et de freins inutiles, vous ferez ainsi des économies.

Ce conseil est aussi valable en termes de sécurité, l'anticipation vous évitera d'être pris au dépourvu face à une situation inattendue.

#### **Conseil n°4 : coupez la clim'**

Le compresseur de la climatisation tire son énergie du moteur et réclame donc une plus grande consommation d'énergie pour votre véhicule. En l'activant, vous allez consommer environ 20 % de carburant en plus. En limitant son utilisation, vous réduirez à long terme votre facture d'essence.

Pour ne pas avoir à faire tourner la clim' à fond au démarrage, préférez les stationnements à l'ombre (ou avec un pare-soleil) et pensez à aérer votre voiture avant de reprendre la route.

Pensez également à faire entretenir votre climatisation régulièrement : des dysfonctionnements peuvent également être à l'origine d'une consommation excessive d'énergie.

#### **Conseil n°5 : gérez les montées et les descentes**

Pour limiter votre consommation d'énergie dans les endroits vallonnés, il est conseillé de réduire votre vitesse dans les montées et de lâcher l'accélérateur dans les descentes, tout en restant sur le plus grand rapport possible.

Inutile de passer au point mort dans les descentes, votre moteur continuera à consommer de l'essence tandis qu'il ne consomme rien avec une vitesse enclenchée.

#### **Conseil n°6 : fermez les vitres à grande vitesse**

De manière générale, en ville, préférez ouvrir les fenêtres. Sachez cependant qu'au-delà de 100 km, la climatisation consommera moins d'énergie que si vous rouliez fenêtres ouvertes à cause des turbulences de l'air qui nuisent à l'aérodynamisme de votre véhicule.

#### **Conseil n°7 : stabilisez votre vitesse**

C'est incontournable, plus vous conduisez vite et plus vous dépensez de carburant pour une distance équivalente.

Comme chaque accélération / freinage entraîne une consommation plus importante de carburant, le régulateur de vitesse pour être un réel outil pour maintenir une vitesse constante.



#### **Conseil n°8 : vérifiez vos pneus**

Suivez le guide d'entretien de votre véhicule pour gonfler vos pneus. Et vérifiez la pression une fois par mois (n'oubliez pas de prendre en compte la charge en personnes et en bagages) pour éviter que vos pneus ne subissent trop de frottements sur la route. Vous perdrez ainsi moins d'énergie et votre consommation d'essence sera réduite.

Une sous-pression de 0,6 bar peut entraîner une hausse de la consommation de 4 % de carburant et user plus rapidement la gomme de vos pneus. La chaleur augmente en plus le risque d'éclatement des pneus. Prudence donc.

Avec des pneus bien gonflés, votre véhicule sera plus stable et vous serez plus en sécurité.

#### **Conseil n°9 : vérifiez la charge de la voiture**

Plus votre véhicule est lourd et plus il va consommer de carburant. Inutile donc de garder des objets lourds dans le coffre et essayez de ne pas trop vous charger pour les départs en week-end ou en vacances.

#### **Conseil n°10 : roulez à plusieurs !**

Si vous voulez faire des économies de carburant à long terme, ayez recours au covoiturage. Vous pouvez le pratiquer de manière informelle ou épisodique pour rendre service à des voisins ou à des collègues de travail par exemple.

Faire du covoiturage une fois par semaine vous permettra d'économiser 10 à 20 % de vos frais de carburant habituels sans parler de l'usure de votre véhicule et des frais de stationnement.



# Cap sur la Gold Coast et ses parcs d'attraction

Difficile de parler de la Gold Coast sans évoquer ses célèbres et incontournables parcs d'attraction. Et pour cause ! C'est la capitale australienne des parcs à thèmes, « the place to be ». Embarquement immédiat pour un univers empreint de sensations fortes.

Connue et réputée pour ses immenses plages de sable blanc surplombées par d'innombrables gratte-ciels tout aussi imposants, la Gold Coast - également appelée côte d'or - est située à seulement une heure de route au sud de Brisbane. Le cœur de la Gold Coast, Surfers Paradise, est même considéré comme le joyau de cette région. Pour vous donner une idée, c'est l'une des destinations touristiques les plus populaires en Australie. Néophytes et confirmés y titillent les vagues des heures durant. Mais pas seulement. Sur la Gold Coast, on y vient aussi et surtout pour son autre spécificité, celle-là même qui a contribué à forger sa réputation : ses célèbres parcs d'attraction.

De fait, vous rêvez de rencontrer vos héros préférés ? De nager avec des dauphins ou des requins ? De caresser un koala ou de nourrir des kangourous ? De vous frotter à des attractions futuristes ou tout simplement de faire le plein d'adrénaline sur les manèges les plus hauts et les plus rapides au monde (rien que ça) ? Ne cherchez plus. Tout cela, et bien plus encore, vous est proposé dans les nombreux parcs d'attraction qui peuplent la Gold Coast. Et inutile de le nier, il y en a pour tous les goûts et de quoi ravir petits et grands. Petit florilège de ce qui vous attend. Attention, ça va décoiffer !

## Dreamworld

Qu'on se le dise. Il s'agit là du plus grand parc à thème que compte l'Australie. Jugez plutôt : il concentre plusieurs mondes... en un, c'est dire ! En clair, il propose un vaste panel de manèges, de spectacles et d'attractions. Parmi elles, la célèbre et incontournable « Tour de la terreur 2 », qui n'est autre que l'un des plus hauts et des plus grands manèges au monde. Ames sensibles s'abstenir. Amateurs de sensations fortes, ne ratez pas non plus « Tiger Island » où vous aurez l'occasion d'admirer de superbes tigres du Bengale et de Sumatra... jouer avec leurs soigneurs.

Au programme également : l'attraction « Australian Wildlife Experience » qui accueille plus de 500 animaux, tous natifs d'Australie, ou encore le « Flowrider », une combinaison de skateboard, de surf et de bodyboard qui vous permettra de tester vos limites. Sensations garanties.

## WhiteWater World

Accrochez-vous ! Ce parc recense un éventail des meilleures attractions aquatiques dont les plus longs toboggans du monde. Envie de dépaysement ? Louez en famille une cabane privée. À la nuit tombée, alors que les lumières inondent l'attraction « Cave of Waves » et que le parc est désormais fermé, vous aurez même la possibilité de prendre des cours de surf. Tentant, non ?

## Sea World

Voici le petit chouchou des familles depuis plus de 35 ans. Et pour cause, ce parc ne se cantonne pas uniquement à des manèges, des spectacles et des attractions. Fortement engagé dans l'étude et la sauvegarde de la vie marine, il propose entre autres aux visiteurs de découvrir et d'interagir (carrément) avec divers animaux marins. Au programme : spectacle de dauphins, découverte des ours polaires et des adorables pingouins qui nagent sous l'eau et, pour les plus téméraires, une rencontre inoubliable avec des requins.

## Wee'n'Wild Water World

Ce parc propose les derniers toboggans les plus sensationnels ainsi que des piscines de loisirs accessibles à toute la famille. Au choix, vous descendrez à très grande vitesse un toboggan dont la hauteur équivaut à un immeuble de sept étages (tout de même !) ou profiterez de la piscine sensationnelle

à vagues géantes. Après l'effort, le réconfort. Vous pourrez opter pour une longue balade dans les huit aires qui abritent les somptueux jardins subtropicaux. Dépaysement assuré.

## Warner Bros/Movie World

C'est dans ce parc précisément que vos films fétiches vont prendre vie. Vous y aurez l'occasion de rencontrer des stars, de partir à l'assaut des montagnes russes dans le « Green Lantern Roller Coaster » ou encore de mettre vos nerfs à rude épreuve avec le « Superman Escape » et bien d'autres manèges qui mettent en scène les personnages des films Warner Bros. Par ailleurs, nul doute que les enfants se régaleront dans la « Kids' Fun Zone », où ils découvriront les personnages Looney Tunes de Bugs Bunny et Daffy Duck, pour ne citer qu'eux.

## Attractions... à couvert

À faire également : les attractions « Infinity », « Timezone », « Ripley's Believe It Or Not Odditorium » ou la maison hantée de Dracula, des jeux futuristes ainsi que des activités familiales proposées à couvert, donc idéales en cas de mauvais temps ou de très fortes chaleurs. À ne pas manquer non plus : le musée de cire de la Gold Coast qui figure parmi les plus grands musées de cire au monde. Rien que ça ! Ce dernier présente une importante galerie de personnages en cire. Mais ce n'est pas tout. On peut y découvrir des copies des bijoux de la Couronne britannique ainsi que des diaporamas de l'histoire d'Australie. Enfin, laissez-vous tenter par le spectacle « Warner Brothers Australian Outback Spectacular », qui vous permettra d'avoir un petit aperçu de l'outback australien. Entre la cavalcade des chevaux sauvages, le lâcher de bétail assorti de brillantes démonstrations équestres, vous serez immergés au cœur de la vie des stockmens australiens. Un spectacle détonnant.



**HOTELS** (affiliée à Booking.com) - **TRANSFERTS**  
**ATTRACTIONS-DINER-HUMMER PARTY-NIGHTCLUBS...**  
 Bienvenue sur le meilleur site des activités,  
 divertissements, loisirs, excursions, transports, dîners,  
 à travers TOUTE L'Australie et la NOUVELLE ZÉLANDE.

**Planifiez entièrement vos vacances,  
 payez votre hôtel, transferts et loisirs  
 avant de partir et économisez  
 vos dollars pour votre shopping !**

**Hotels réservations dans le monde  
 entier. Transferts -attractions-dîner  
 en Australie et Nouvelle-Zélande.  
 Hummer tour-PARTY NIGHTCLUBS  
 en Australie à partir de 10.000<sup>F</sup>**

**AUSTRALIA + NZ**  
 tours and attractions

**EXPERIENCE**  
 OZ

**BEST DEALS**  
 ON THINGS  
 TO SEE  
 AND DO!

**CLICK HERE**






Site : <http://gnm.experienceoz.com.au/>  
 Contact : GNM Experience OZ  
 E: [gnmexperienceoz@yahoo.com](mailto:gnmexperienceoz@yahoo.com)  
**997 605**  
 Paiement par carte bancaire, site sécurisé



# Vite, ma carte de fidélité

## Facile !

### Gratuite

Et valable dans les enseignes :



### Immédiate

Je la demande simplement à l'accueil de mon magasin ou en cliquant sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc) et je l'utilise aussitôt.

### Illimitée

Ma carte a une validité illimitée. Inutile de la faire renouveler. Sauf si je ne l'utilise pas pendant deux ans. Au-delà, mes points sont perdus.

### Pratique

Ma carte est livrée avec trois mini-cartes, pour que chacun dans la famille (1 foyer par famille) puisse rapporter des points de son côté.

### Je gagne des points

Je gagne 20 points tous les 2 000 F d'achats (à partir de 2 000 F d'achats) dans les magasins CARREFOUR KENU IN / CHAMPION / CARREFOUR MARKET / EXPRESS / ARIZONA

Je gagne 100 points tous les 10 000 F d'achats (à partir de 10 000 F d'achats) chez CONFORAMA KENU IN.

Je gagne 10 points tous les 2 000 F d'achats (à partir de 2 000 F d'achats) dans les stations MOBIL participantes, chez BEAUTY SUCCESS et chez INGLOT KENU IN

Je gagne 1 point par tranche de 100 F dépensés chez LAGOON.

J'augmente mon capital points en achetant des produits balisés CONSO+.

J'obtiens des réductions sur de nombreux produits.

### Je fais le plein de cadeaux

Je m'offre le cadeau que je veux parmi la sélection proposée chaque mois dans mon magazine CONSO+.

[www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)  
me fournit toutes les infos

D'un clic, je sais tout du fonctionnement de ma carte CONSO+.

- Je consulte mon compte en points.
- Je découvre tous les mois mes offres CONSO+.
- Je visualise tous les mois les catalogues magasins, le magazine CONSO+.
- Pour m'inscrire, c'est facile, il suffit de me connecter sur [www.consoplus.nc](http://www.consoplus.nc)
- Je gagne 20 points Bonus, en adhérant au site\*.

\*Offre valable une seule fois à la première adhésion au site, un par foyer.





N° de carte

## Vos coordonnées

Nom :

Prénom :

Date de naissance (jj/mm/aa)

## Rue :

Code postal :

Ville:

**Téléphone mobile :**

E-mail :

Accepteriez-vous de recevoir des informations ou des offres par SMS ou E-mail ? ☐ oui ☐ non

**Vous et votre famille :**

**Vous avez des enfants à charge :**

Vous vivez seul

en couple ☐

si oui, combien

**Vous / Votre conjoint**

Agriculteur

Artisan / Commerçant

## Chef d'entreprise

Profession libérale

Cadres

Profession intermédiaire

Employé

Ouvrier

Vous / Votre conjoint

Étudiant

Retraité

Sans profession

Autres

Vous / Votre conjoint

Géant Casino ☐ Supermarché Casino ☐ Carrefour ☐ Carrefour Market ☐ Champion ☐

Arizona ☐ Autres lequel ? ☐

Non ☐ Oui ☐ Laquelle ? ☐

**Je déclare avoir pris connaissance des conditions générales d'utilisation de la carte de fidélité CONSO+ et souhaite adhérer.**

Date : \_\_\_\_\_

Les renseignements obligatoires nous sont indispensables pour le traitement de votre demande. Nous pouvons être amenés à transmettre ces informations à des tiers (partenaires commerciaux, etc.), si vous ne le souhaitez pas, cochez la case ci-dessous : ☐

Conformément à la loi "informatique et liberté", vous pouvez exercer vos droits d'accès et de rectification vous concernant en écrivant à : K.I.Com - BP 264-98845 Nouméa Cedex.

Signature

# Horoscope

## Une célébrité Scorpion Scarlett Johansson



Née le 22 novembre 1984

## Le signe du mois

### Scorpion

21 octobre - 20 novembre

Novembre vous verra très actif. Que vous meniez campagne pour décrocher une promotion au travail, attirer une personne dans vos filets ou défendre une cause importante à vos yeux ce sera fait avec finesse, adresse et sans ostentation. Les situations décanteront en votre faveur: vous devriez obtenir gain de cause. Du 3 au 21, avec un pic le 11, votre charisme, aussi mystérieux que magnétique, en hypnotisera plus d'un(e).

### Bélier 21 mars - 20 avril

Vous aviez un peu négligé votre couple dernièrement? Plus d'échappatoire possible ce mois-ci: il revient au centre de vos préoccupations et réclame toute votre attention. Quelles sont vos valeurs communes, vos projets dans les prochaines années? Si vous ne prenez pas le temps d'y réfléchir ensemble, ces questions se rappelleront avec insistance à vous, tout particulièrement les dix derniers jours du mois. Célibataire, vous vous interrogez également sur ce que vous attendez de la vie, seule ou à deux.



### Taureau 21 avril - 20 mai

Novembre sera chouette: non seulement vous parviendrez à concrétiser plusieurs projets importants - montage d'un dossier ou d'un financement, achat d'un bien, investissement... - mais en plus vous prendrez du bon temps. Vous vous sentez bien dans votre peau, dans votre corps, ce qui vous donne une assise solide pour jouir de la vie. Côté cœur, vous êtes confiant et assuré, pas pressé: votre partenaire doute? Vous le laissez régler ses hésitations sans vous démonter.



### Géméaux 21 mai - 20 juin

Une petite montée d'adrénaline les cinq premiers jours du mois? Une prise de bec avec votre moitié, ou un(e) amie proche? Rassurez-vous, elle se résoudra vite: dès le 10, l'harmonie se rétablit. Les couples penseront à nouveau à l'unisson et se remettront à échauffer des projets. Les célibataires pourraient ressentir une attirance électrique vers le 23. Vos meilleures cartes professionnelles se joueront en duo: soignez vos associations et pour éviter toute incompréhension en fin de mois, clarifiez au maximum vos propos.

### Cancer 21 juin - 21 juillet

Vous démarrez le mois sur de bons rails, bien inspiré et savamment organisé: au boulot ça continue de payer. Vous pourriez même être amené à démêler avec succès un dossier très complexe, sans vous y perdre, dans les deux premières semaines. Ensuite, vous serez obligé de composer avec les autres: quelques tensions peuvent apparaître. Sentimentalement, vous trouvez que votre partenaire prend trop les choses à la légère. Célibataires, vous déplorez le manque de fiabilité de vos prétendants.





## Lion 21 juillet - 20 août

Ce mois-ci, vous aurez des envies de dolce vita. Vous vous êtes ardemment dépensé ces derniers mois, une petite pause ne ferait pas de mal! Après avoir sécurisé vos derniers dossiers importants les quinze premiers jours

du mois, vous prenez ensuite le temps de flâner, d'apprécier la vie en esthète et en poète et de vous occuper de vos amours. Que vous entouriez votre partenaire de mille petites attentions ou que vous flirtiez, vous saurez y mettre les formes.

## Vierge 21 août - 20 septembre

Ca démarre fort! Le 3 vous bénéficiez de l'influx dynamisant de la conjonction Mars-Vénus. Vos passions, votre vie amoureuse, les projets qui vous motivent, sont à l'honneur. Vous allez vous battre pour eux, sans en faire des tonnes ni étaler vos efforts mais avec un redoutable acharnement. Vos actions, parfaitement alignées avec vos désirs, seront payantes. Vous turbinerez intensément jusqu'au 13, avant de vous accorder le repos du guerrier. Vers le 25, ne répondez pas aux provocations et tout ira bien! .



## Balance 21 septembre - 20 octobre

Novembre est un beau mois pour vous, même si vous serez un peu secoué à sa fin, au moins vous ne vous ennuierez pas! Avec Vénus puis Mars à vos côtés à partir du 9 puis du 13, votre charme et votre pouvoir de séduction seront au top. Professionnellement ou personnellement,

vous emballerez vos interlocuteurs, qui n'auront qu'une envie: faire un bout de chemin en votre compagnie! Quelques orages à prévoir après le 20 cependant : vous plaisez à trop de gens, ils se battent pour vous...

## Sagittaire

21 novembre - 20 décembre

Professionnellement, des luttes de pouvoir sont possibles les dix premiers jours du mois. Ensuite, l'ambiance devient plus fluide et coopérative, ouf! A partir du 21, vous saurez faire preuve d'éloquence et de persuasion. Attention néanmoins de

ne pas promettre plus que vous ne pourrez tenir: ne vous emportez pas, restez rigoureux dans votre argumentaire. Vous aurez la tête dans le guidon jusqu'au 9 : peu de place pour la romance. Ensuite, ça se dégage agréablement: vous prenez du temps pour aller à la rencontre de l'autre.



## Capricorne

21 décembre - 20 janvier

Côté cœur, le mois démarre sereinement: les couples gèrent sans souci la routine quotidienne, tandis que les célibataires se laisseraient volontiers séduire par une personne rassurante et stable. À partir du 13, ça se complique: manque de temps à deux, concessions unilatérales... vers le 21 la jalousie pourrait même s'en mêler!

La tentation de vous réfugier dans votre travail sera forte, pour fuir les conflits affectifs. Attention : à terme, il n'est pas bon de négliger votre besoin d'harmonie sentimentale.



## Verseau 21 janvier - 20 février

Belle activité au niveau professionnel, surtout dans la deuxième partie du mois : vous liez contact avec de nouveaux partenaires dont les compétences sont parfaitement complémentaires aux vôtres. Et de l'union naît la force. Sentimentalement les dix premiers jours du mois sont calmes, ensuite vous serez plus enclin à la romance. Vers le 18, les célibataires auront ainsi une ouverture intéressante. En couple: votre duo profitera d'un regain de sentiments tendres.



## Poisson 21 février - 20 mars

Vous entrez dans le mois de manière abrupte, mais prêt à mordre à pleines dents dans tout ce que la vie vous propose. Votre cœur vous guide et il bat fort ! Jusqu'au 10, vous êtes productif mais un poil agressif dans vos activités, et notamment au travail. Du 3 au 21, fiez-vous à votre sixième sens: il ne vous trahira pas. En revanche, en fin de mois, votre jugement sera biaisé car vous serez parasitée par des considérations affectives et des emballements inconsidérés: ne prenez pas de décision importante.



# Jeux Conso

## Sudoku

facile

|          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| <b>A</b> | <b>6</b> | <b>3</b> |          |          |          |          | <b>5</b> |          | <b>E</b> | <b>4</b> |          | <b>C</b> |          | <b>G</b> |          |
| <b>2</b> |          | <b>1</b> |          |          |          | <b>D</b> | <b>7</b> | <b>G</b> | <b>5</b> |          | <b>C</b> |          | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>A</b> |
| <b>4</b> | <b>7</b> | <b>5</b> |          |          | <b>9</b> | <b>C</b> | <b>E</b> |          |          |          | <b>3</b> | <b>8</b> | <b>F</b> | <b>2</b> |          |
|          |          |          | <b>E</b> |          | <b>4</b> |          | <b>F</b> | <b>7</b> |          |          | <b>9</b> |          | <b>6</b> | <b>B</b> | <b>5</b> |
|          |          |          |          |          | <b>5</b> |          |          | <b>C</b> |          |          |          | <b>9</b> | <b>A</b> |          | <b>8</b> |
|          |          | <b>D</b> | <b>C</b> | <b>F</b> | <b>3</b> |          | <b>8</b> |          | <b>A</b> |          | <b>5</b> |          | <b>4</b> |          |          |
|          | <b>A</b> | <b>6</b> |          |          |          | <b>B</b> | <b>C</b> | <b>9</b> |          | <b>3</b> |          | <b>7</b> | <b>D</b> | <b>5</b> |          |
| <b>3</b> | <b>5</b> | <b>B</b> | <b>7</b> |          | <b>A</b> | <b>9</b> | <b>1</b> | <b>E</b> | <b>D</b> |          | <b>6</b> | <b>G</b> | <b>2</b> |          | <b>C</b> |
|          | <b>F</b> |          | <b>D</b> | <b>8</b> |          | <b>4</b> | <b>A</b> | <b>5</b> |          |          | <b>B</b> | <b>2</b> |          | <b>7</b> |          |
| <b>5</b> | <b>C</b> |          |          |          | <b>D</b> |          | <b>2</b> |          |          | <b>9</b> | <b>G</b> | <b>3</b> |          | <b>1</b> |          |
| <b>8</b> |          |          |          |          |          | <b>3</b> |          |          | <b>C</b> | <b>D</b> |          | <b>4</b> |          |          | <b>F</b> |
|          | <b>B</b> | <b>G</b> | <b>3</b> |          | <b>F</b> |          | <b>9</b> | <b>4</b> | <b>8</b> |          |          | <b>D</b> |          | <b>A</b> | <b>6</b> |
| <b>C</b> |          | <b>4</b> |          | <b>9</b> |          | <b>8</b> | <b>B</b> | <b>6</b> | <b>1</b> | <b>5</b> | <b>2</b> |          |          |          |          |
|          | <b>3</b> | <b>8</b> | <b>5</b> | <b>1</b> | <b>7</b> | <b>F</b> | <b>D</b> |          |          |          |          |          | <b>G</b> | <b>C</b> |          |
| <b>E</b> | <b>1</b> | <b>F</b> | <b>2</b> |          |          | <b>A</b> |          | <b>3</b> | <b>G</b> |          | <b>D</b> |          | <b>B</b> |          | <b>9</b> |
|          | <b>D</b> |          | <b>9</b> | <b>G</b> |          |          | <b>3</b> |          |          | <b>C</b> | <b>F</b> |          |          | <b>E</b> |          |

## Sudoku

moyen

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 6 | 1 | 7 | B | 3 |   | C | 2 |   |   | F | D |   | 9 |   |
| 8 | F |   |   |   | 7 | 9 |   |   | E |   |   |   | B | C | 5 |
| 2 |   | 4 | 3 | D | 8 |   |   |   |   |   |   |   |   | 7 |   |
| C |   | B | 9 | A |   |   | E | 6 | 7 | 8 |   | 2 |   |   | F |
| 7 |   | D | 6 | 2 |   | 8 |   |   |   |   |   |   |   |   | B |
| 1 | E | 5 |   |   | F |   | D |   | C |   |   | 4 |   |   |   |
|   | 8 |   |   | 5 |   |   |   |   |   | 1 |   | C |   | F |   |
| 3 |   |   | G |   | A |   | 1 | 8 |   |   |   | 5 |   |   | E |
| A |   |   | F |   |   |   | 8 | G |   | B |   | 1 |   |   | C |
|   | 7 |   | B |   | G |   |   |   |   |   | A |   |   | E |   |
|   |   |   | 5 |   |   | 3 |   | C |   | 7 |   |   | A | G | D |
| G |   |   |   |   |   |   |   |   | 1 |   | 4 | 7 | 3 |   | 6 |
| F |   |   | 1 |   | E | A | 9 | 4 |   |   | 7 | 8 | C |   | 2 |
|   | 9 |   |   |   |   |   |   |   |   | 3 | 2 | E | F |   | 7 |
| 4 | A | 7 |   |   |   | 2 |   |   | 8 | 9 |   |   |   | D | 3 |
|   | 3 |   | 8 | G |   |   | 7 | E |   | F | C | A | 9 | 1 |   |

# Jeux Conso

## Mots fléchés Force 1

|                                                              |                                          |                                       |                                              |                                         |                                                             |                                        |                   |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------|
| AIR AMBIANT<br>SURPRISE                                      | DÉCOLLAGE                                | DÉSERT DE PIERRES<br>MILIEU VERDOYANT | VEHICULE TOUTTERRAIN<br>LIEU D'EXPOSITION    | RIDEAU DE DEVANTURE                     | PAYS D'AMERIQUE<br>FUME COMME UN HARENG<br>CHANTEUR D'OPERA | EMBOITE LE PAS<br>LIGNE SAILLANTE      | CONQUE DE NOUVEAU |
|                                                              |                                          |                                       |                                              |                                         |                                                             |                                        |                   |
| AUTOMATE                                                     | DÉFERLE SUR LE RIVAGE<br>MOYEN DE TOURNE |                                       | ENROULEMENT<br>ÉCLATS DE JOIE                | BÊTE DE CIRCUE<br>SORTIE                |                                                             | ET LE RESTE...<br>RENDU STUPIDE        |                   |
| POISSON-CHAT<br>REFUGE POUR ANIMAUX                          |                                          |                                       |                                              | ASSEMBLEE PARLEMENTAIRE<br>CONTÉ        |                                                             |                                        | MARQUÉ DE RAIES   |
|                                                              |                                          | FUTILITÉS<br>PUISSANCE SONORE         |                                              |                                         | GROS ET GRAS<br>SUR LES RAILS                               |                                        |                   |
| SAISON FROIDE<br>MONNAIE MEXICAINE                           |                                          |                                       | DIFFÉRENT<br>C'EST UN DÉLICE                 |                                         |                                                             | FERRURE<br>AMAS DE PUS                 |                   |
|                                                              |                                          | TRAINER SUR LA ROUTE<br>EDUQUER       |                                              |                                         | GRAVE DE FAUT<br>MESSAGE ECRIT                              |                                        |                   |
| MOUVEMENT EN ARRIERE                                         | DÉSAVANTAGER<br>RÈGLE PAR UN ACCORD      |                                       |                                              | MOYEN DE SE DISCUTER<br>SANS TACHE      |                                                             |                                        | SUR LA JANTE      |
|                                                              |                                          |                                       | ESPRIT DE LA LAMPE<br>FOND DE LA GORGE       |                                         |                                                             | PIED DE VIGNE<br>RÉPÉTER               |                   |
| TRAVAIL GRATUIT<br>LETTRE GRECQUE<br>DEVENIR PLUS CONSISTANT |                                          |                                       |                                              | S'INTRODUIRE<br>FACILE                  |                                                             |                                        | BEAUCOUP BEAUCOUP |
|                                                              |                                          |                                       |                                              |                                         | CONTRÔLE<br>PRÉPARE LE PASTIS                               |                                        |                   |
| ORDINATEUR INDIVIDUEL<br>EMPLOYES                            |                                          | VIENT D'ÊTRE<br>LE COIN DU FEU        | CHAMOIS DES PYRÉNÉES<br>MOUVEMENT DE REVOLTE |                                         |                                                             | PETIT RUISSEAU<br>POURVOIR D'ORNEMENTS |                   |
|                                                              |                                          |                                       |                                              | COMME DES ŒUFS BÂTIS (EN)<br>ITINÉRAIRE |                                                             |                                        | BOIS NOIR         |
| INSTITUT UNIVERSITAIRE<br>CHAMPION                           |                                          | ABRASIF<br>POIGNÉE DE SAC             |                                              |                                         | COUPE COURT<br>GROUPE DE MAISONS                            |                                        |                   |
|                                                              | PEU FRÉQUENT<br>VIEILLE COÛLÈRE          |                                       | UN SAULE<br>SUD-OUEST                        |                                         |                                                             |                                        | ATOME             |
| POSSESSIF<br>EXERCICE MILITAIRE                              |                                          |                                       | COURANT<br>PRONOM PERSONNEL                  |                                         |                                                             | CONTESTÉ<br>LE AU LARGÉ DE LA ROCHELLE |                   |
|                                                              |                                          | AU MOMENT MÊME                        |                                              |                                         | GRANDE CONSTELLATION                                        |                                        |                   |
| DEVOILÉ                                                      |                                          |                                       | EXTÉRIEUR                                    |                                         |                                                             |                                        |                   |

# Jeux Conso

## Solutions du mois dernier

moyen

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 2 | 3 | 7 | 6 | 1 | 9 | 5 | 8 |
| 8 | 7 | 5 | 9 | 2 | 4 | 1 | 3 | 6 |
| 6 | 1 | 9 | 3 | 8 | 5 | 4 | 2 | 7 |
| 3 | 6 | 7 | 1 | 5 | 2 | 8 | 4 | 9 |
| 2 | 5 | 8 | 6 | 4 | 9 | 7 | 1 | 3 |
| 9 | 4 | 1 | 8 | 3 | 7 | 2 | 6 | 5 |
| 5 | 9 | 4 | 2 | 7 | 6 | 3 | 8 | 1 |
| 1 | 8 | 6 | 4 | 9 | 3 | 5 | 7 | 2 |
| 7 | 3 | 2 | 5 | 1 | 8 | 6 | 9 | 4 |

difficile

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 2 | 8 | 3 | 1 | 5 | 4 | 7 | 9 |
| 7 | 4 | 5 | 2 | 8 | 9 | 1 | 6 | 3 |
| 1 | 9 | 3 | 6 | 7 | 4 | 2 | 8 | 5 |
| 3 | 7 | 2 | 5 | 9 | 6 | 8 | 4 | 1 |
| 5 | 6 | 4 | 1 | 2 | 8 | 9 | 3 | 7 |
| 8 | 1 | 9 | 7 | 4 | 3 | 6 | 5 | 2 |
| 4 | 5 | 6 | 9 | 3 | 2 | 7 | 1 | 8 |
| 9 | 8 | 7 | 4 | 5 | 1 | 3 | 2 | 6 |
| 2 | 3 | 1 | 8 | 6 | 7 | 5 | 9 | 4 |

diabolique

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 1 | 6 | 4 | 5 | 8 | 7 | 2 | 9 |
| 2 | 9 | 8 | 6 | 7 | 1 | 4 | 5 | 3 |
| 7 | 4 | 5 | 2 | 9 | 3 | 8 | 1 | 6 |
| 4 | 8 | 9 | 3 | 2 | 6 | 1 | 7 | 5 |
| 6 | 3 | 1 | 5 | 4 | 7 | 2 | 9 | 8 |
| 5 | 2 | 7 | 8 | 1 | 9 | 6 | 3 | 4 |
| 1 | 6 | 4 | 9 | 3 | 2 | 5 | 8 | 7 |
| 8 | 7 | 3 | 1 | 6 | 5 | 9 | 4 | 2 |
| 9 | 5 | 2 | 7 | 8 | 4 | 3 | 6 | 1 |

démoniaque

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 4 | 7 | 6 | 9 | 5 | 1 | 2 | 3 |
| 5 | 6 | 9 | 1 | 2 | 3 | 4 | 7 | 8 |
| 1 | 2 | 3 | 8 | 4 | 7 | 5 | 9 | 6 |
| 2 | 7 | 4 | 5 | 1 | 8 | 6 | 3 | 9 |
| 6 | 9 | 5 | 3 | 7 | 2 | 8 | 1 | 4 |
| 3 | 8 | 1 | 9 | 6 | 4 | 7 | 5 | 2 |
| 7 | 5 | 8 | 2 | 3 | 6 | 9 | 4 | 1 |
| 4 | 1 | 2 | 7 | 8 | 9 | 3 | 6 | 5 |
| 9 | 3 | 6 | 4 | 5 | 1 | 2 | 8 | 7 |

# Les blagues du mois



Un chauffard arrive en trombe dans un village de campagne.  
Une vieille dame est en train de traverser la route à ce moment-là.  
Le chauffard braque d'urgence le volant et, malheureusement, écrase une poule. Très embêté, l'homme va voir le paysan et lui dit:

- *Je suis désolé, j'ai écrasé une de vos poules pour éviter cette brave dame. Je vais vous rembourser.*

Le paysan lui répond:

*Alors vous les bêtises, vous les accumulez: vous écrasez ma meilleure pondeuse pour éviter ma belle-mère!*

Charade :

Mon premier est un animal que l'on dit voleur.

Mon second est un outil qui coupe le bois.

Mon troisième est une négation.

Mon tout est aimé par les enfants en été.

# L'insolite du mois



15<sup>ans</sup>

Édition limitée

1664

Fabriquée en Nouvelle-Calédonie

RAFRAÎCHIT LES CALÉDONIENS  
DEPUIS 15 ANS



La bière 1664 est brassée avec le plus fin des houblons : le Strisselspalt.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.  
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

open your world



**Heineken®**

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ.  
À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.